

ZHODNOCENÍ REALIZACE PROJEKTU V ROCE 2024

Rádi bychom vám poděkovali za dotaci ve výši 10 000 Kč, kterou jste v roce 2024 podpořili rodiny z MČ Praha 3. V roce 2024 evidujeme v rámci dětské Linky bezpečí celkem 110 174 kontaktů, průměrně tedy cca 302 kontaktů denně. Toto číslo vypovídá o tom, že služby Linky bezpečí jsou stále potřebné. Potvrzením, že naše pomoc pomáhá, jsou početné děkované vzkazy od dětí i jejich rodičů či ostatních dospělých osob obracejících se na nás v zájmu dítěte, ať už zpětným zavoláním, e-mailem nebo na chatu. Zde uvádíme některé z nich¹:

- „Děkuji Vám moc za to, že jste mě vyslechla a poskytla mi radu, kam se dále obrátit. Nějak teď cítím naději. Že na to možná nejsem sám. Děkuji za práci, kterou děláte a pomáháte lidem. Neskutečně moc si toho vážím. Vlastně Vám můžu děkovat za život. Děkuji!“
- „Děkuju strašně moc, to musí být strašně náročná práce být takhle 24/7 na mobilu nebo na čem to máte a pomáhat lidem, moc děkuju, že jsem to mohla říct a mějte se hezky.“
- "Já jsme se hlavně potřeboval někomu svěřit, vy mě chápete, neříkáte blbosti ani 'já jsem ti to říkala', a za to jsem velmi vděčný."
- „Pravdě mi nejvíce pomáhá se vždycky o tom, co právě prožívám vypovídat, takže já si myslím že to svůj účel splnilo, a moc vám děkuji za váš čas a podporu.“

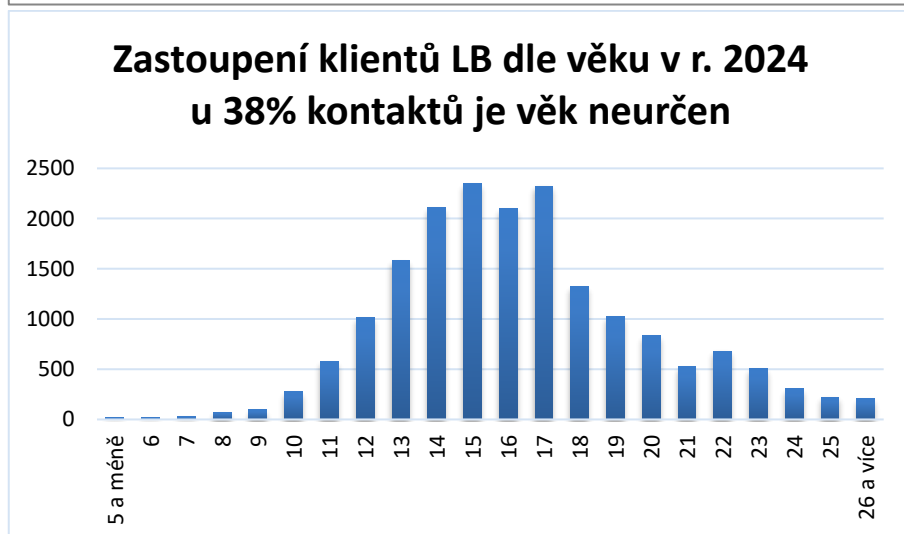
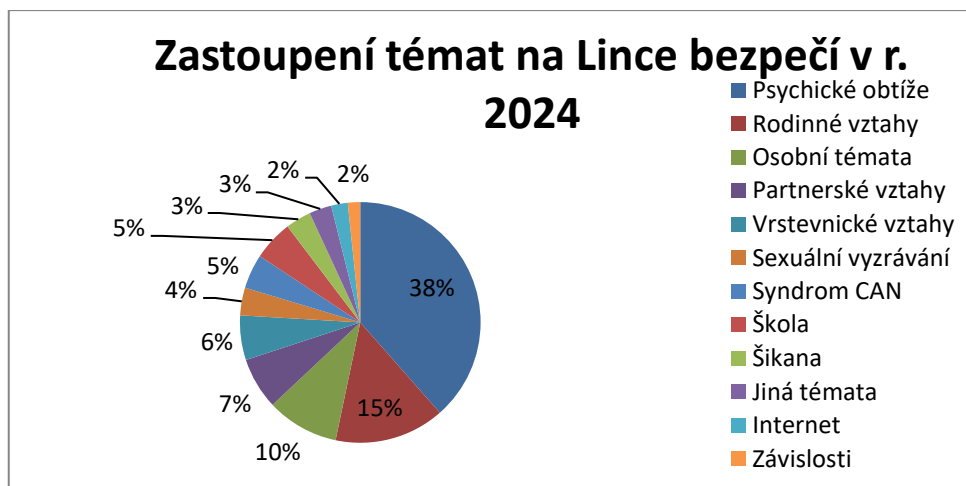
POČET KLIENTŮ/KONTAKTŮ, TÉMATA

Tematika sebevražd, sebepoškozování, depresí, úzkostí a dalších psychických poruch patří k pěti nejčastěji řešeným problémům na Lince bezpečí. V kontextu těchto témat je potřeba věnovat dětem více času, proto se prodloužila průměrná délka hovoru.

Naši konzultanti přijali **102 673 hovorů**, vedli celkem **3 480 krizových chatů** a v rámci **e-mailové poradny** odpověděli na **4 021 dotazů**. V roce 2024 došlo k 12 % navýšení přijatých hovorů oproti roku 2023, což souvisí s navýšením personální kapacity našich interventů o 16 % oproti roku 2022, které se nám podařilo udržet i v loňském roce. V rámci tematických okruhů jsme na Lince bezpečí v roce 2024 zaznamenali nárůst u většiny témat. **Výrazný nárůst** se týká četnosti psychických potíží (meziročně o 23 %).

¹ Jedná se o vzkazy jak z Linky bezpečí, tak Rodičovské linky, které jsme odlišili jinou barvou a nechali v původním znění, bez gramatických oprav.

U tematiky sebevražd jsme zaznamenali meziroční nárůst o 23 %, a u sebepoškození se jedná o meziroční nárůst o 18 %, také stále roste počet intervencí, tj. situací, kdy v zájmu klienta kontaktujeme další instituce (OSPOD, ZZS, Toxikologické informační středisko PČR).



Počet kontaktů s klienty na službách LB se odvíjí zejména od personální kapacity provozu. V r. 2023 jsme navýšili personální kapacitu našich interventů o 16 %, oproti r. 2022 a v loňském roce se nám ji podařilo takto navýšenou udržet. Denně jsme průměrně odbavili v rámci našich služeb (přes telefon, chat a e-mail) 302 kontaktů s klienty. Celkově jsme odbavili o 13 % kontaktů více než v r. 2023. Nejčastěji s námi své problémy řešili klienti ve věku mezi 14 a 17 lety, v 68% dívky a ve 29% chlapci.

CÍLE PRO ROK 2025

S cílem **posilovat psychickou odolnost dětí a dospívajících** se na Lince již delší dobu věnujeme prevenci. Zde se osvědčuje naše nová webová poradna, jejíž návštěvnost stále roste, stejně jako sledovanost podcastů, blogů či videí. V této oblasti jsme v loňském roce nabídli klientům vedle stávajícího podcastu „*Na tenké Lince*“ nový podcast nazvaný „*Utržené sluchátko*“, který vychází každých čtrnáct dní a je určený dětem ve věku 8–11 let. Videá i podcasty jsou dostupné na webu Linky bezpečí a v podcastových aplikacích.

V roce 2023 jsme zaznamenali **značný nárůst** kontaktů s tématem **sebepoškozování** (meziročně se jednalo o **alarmující nárůst o 54 %**), i proto jsme se rozhodli v roce 2025 ještě více **zacílit na prevenci před sebepoškozováním** a podpořit zdravější zvládání emocí. Na jaře 2024 jsme si vyzkoušeli nový formát a spustili 1. ročník soutěže **#zvladni20 – Zkus to jinak!** Jednalo se o soutěž pro samotné žáky, studenty a dospívající, aby si mohli sami osvojit a zvědomit zdravé způsoby, jak k sobě a potížím přistupovat a zároveň inspirovali ostatní. Podmínkou zapojení do soutěže bylo zaslání 20vteřinového videa, které ukáže jednu ze soutěžních kategorií (fyzická aktivita, tvorba, dechová cvičení, relaxace a kontakt s někým jiným) jako zdravou variantu ventilace emocí.

Linka bezpečí, z. s., oslavila 30 let pomoci dětem a mladistvým v krizových situacích. Díky dlouholeté zkušenosti a odborné pomoci je tu oporou již několika generacím. Těší nás, že i **MČ Praha 3** nám v našem úsilí pomáhá. Velmi si vážíme Vaší podpory, která není samozřejmostí. I díky ní můžeme společně pomáhat těm, kteří naši pomoc potřebují nejvíce.